

# Brazilian Jiu Jitsu Das Blaugurtprogramm



Neue Staffel – März 2012

Gi, No-Gi, MMA und Self Defense

Verbesserte Unterrichtsstruktur und Konzepte,

Blaugurtprogramm 2012, die neue Staffel beginnt im  
März

48 Stunden qualifizierter Unterricht

Beginn der neuen Staffel im März 2012

Strukturiertes Unterrichts- und Prüfungsprogramm

Graduierung durch Björn Friedrich (BJJ Blackbelt) und Großmeister Joe  
Moreira ( 8th. degree Blackbelt)

Stand, Clinch und Bodenkampf

Techniken für BJJ mit Gi, Submission Wrestling, Mixed Martial Arts (MMA)  
und die Selbstverteidigung

Training bei Björn Friedrich,  
Submission Wrestling Europameister und Blackbelt im BJJ

Entspannte, egofreie und funktionelle Unterrichts Atmosphäre

Individueller Unterricht in kleinen Gruppen

Weiterführende Aufbauseminare nach bestandener Blaugurtprüfung

# Das Unterrichtsprogramm

## **Was ist das Blaugurt Programm?**

Das Blaugurt Programm ist ein systematisches Unterrichtskonzept, das für Menschen konzipiert wurde, welche keine Möglichkeit haben, regelmäßig am Unterricht in einer qualifizierten Brazilian Jiu Jitsu Schule teilzunehmen.

Die Workshopserie ist so strukturiert, das sie den Teilnehmern in insgesamt 6 Wochenendseminaren, Schritt für Schritt die Fähigkeiten vermittelt, die sie benötigen um den blauen Gürtel im Brazilian Jiu Jitsu zu erreichen.

Die achtstündigen Seminare, finden ca. alle 8 Wochen, in der Regel immer Samstags und Sonntags statt und die Themen bauen didaktisch aufeinander auf. Quereinstiege sind deshalb nicht sinnvoll und auch nicht möglich.

Neben dem Unterricht erhalten die Teilnehmer Manuskripte und können Videoaufnahmen machen. Somit ist ein umfassender Unterricht und das lückenlose aufarbeiten der Seminarinhalte, zuhause gewährleistet.

Die Seminarreihe besteht aus zwei Modulen, mit jeweils 6 Seminaren verteilt auf drei Wochenenden.

## **Was ist so neu am “Neuen Blaugurtprogramm?**

Das neue Blaugurtprogramm besitzt eine noch bessere Unterrichtsstruktur als seine Vorgänger und basiert auf den Erfahrungen die Björn Friedrich in knapp fünf Jahren mit den unzähligen Absolventen des Blaugurtprogramms gemacht hat.

Das neue Programm bietet ein komplettes Paket an BJJ Techniken und Prinzipien für das Gi, No-Gi und MMA Training, darüber hinaus werden auch Trainingsmethodik und Drills zur Verbesserung der Körpermechanik und funktionellen Bewegung unterrichtet..

Darüber hinaus wurde die Zeitstruktur der Workshopreihe verbessert. Anstatt 12 einzelnen Seminartagen, gibt es jetzt 6 Wochenendseminare. Somit lohnt es sich auch bei größeren Anfahrtswegen, an dem Programm teilzunehmen.

## Blaugurt Programm: Phase 1 (17. und 18. März 2012):

### **BJJ Basics:**

Die grundlegenden Bewegungen des Brazilian Jiu Jitsu. Drills und Übungen für das BJJ Training am Heimatort.

Danach lernen Sie diese Bewegungen in konkreten Kampfsituationen umzusetzen. Die Befreiung aus der Mount Position bildet die Grundlagen des BJJ und wird deshalb am ersten Tag im Fokus der Anwendungen stehen.

### **Takedown and Control:**

Grundlegende Strategien zum Überbrücken der Distanz und Takedowns für MMA und die Selbstverteidigung. Der beste Platz im Bodenkampf ist die Mount Position. Wir zeigen Ihnen wie Sie sich vor den Schlägen und Tritten eines Angreifers schützen und den Kampf sicher auf den Boden in die Mount Position verlagern können.

Danach lernen Sie die grundlegenden Kontrolltechniken, um Ihren Gegner nicht mehr aus dieser Position entkommen zu lassen.

### **Finish the Fight:**

Nachdem Sie den Kampf in die Bodenlage verlagert und ihre Position stabilisiert haben, lernen Sie jetzt wie Sie ihren Gegner ganz leicht zur Aufgabe bringen. Schläge, Würgegriffe und Hebel bilden das Fundament eines systematischen Angriffsplans aus der Mount Position.

## Blaugurt Programm: Phase 2 (05. und 06. Mai 2012):

### **Standkampf für MMA und die Selbstverteidigung:**

Wie sie mit einem schlagenden und tretenden Gegner umgehen, haben Sie bereits in Phase 1 gelernt. In Phase 2 geht es um die Verteidigung gegen den berühmt-berüchtigten „Schwitzkasten“, sowie gegen andere gefährliche Umklammerungen wie z.B. den „Bear Hug“ oder die „Guillotine“. Werden Sie für Ihren Gegner unfassbar und befreien Sie sich aus jeder Position mit diesen effektiven Jiu Jitsu Techniken.

### **Das Blatt wendet sich**

Wie sie sich aus dem „Schwitzkasten“ am Boden befreien und ihren Gegner in die Mount Position bringen, um den Kampf dort zu beenden. Diese Techniken sind ein Muss für MMA und die SV.

### **Effektive Escapes**

Was tun Sie, wenn Ihr Gegner vom Schwitzkasten in die wesentlich gefährlichere Side Mount Escape wechselt? Ganz einfach, Sie befreien sich mit den fundamentalen Bewegungen des Jiu Jitsu. Lernen Sie, deren Anwendung für die Befreiung aus den verschiedenen Side Mount Positionen

## **Zurück in die Mount**

Mittlerweile kennen Sie die wirksamsten Bewegungen des Brazilian Jiu Jitsu am Boden und Sie können sich aus den verschiedensten Positionen befreien. Nicht immer kommen Sie direkt in die Mount Position, sondern landen häufig am Rücken in der sogenannten Guard Position. Von hier aus, sind sie nur einen kleinen Schritt von der Mount Position entfernt. Lernen Sie die besten Sweeps, um Ihren Gegner direkt aus der Guard in ihre Mount Position zu befördern. Diese Techniken geben Ihnen neues Selbstvertrauen in ihre Bodenkampftechniken und öffnen Ihnen die Tür zu einer komplett neuen Welt.

## **Blaugurt Programm: Phase 3 (08. und 09. September 2012):**

### **Tactical Takedowns**

Fortgeschrittene Takedowns, Würfe und Beinangriffe, mit denen Sie auch erfahrene Angreifer zu Boden bringen können. Egal, ob im Ring, Käfig oder auf der Straße, je schneller Sie ihren Gegner zu Boden bringen, desto schneller und risikoloser können Sie den Kampf dort beenden. Zögern Sie nicht und lernen Sie fortgeschrittene Taktiken und Techniken, um ihre Fähigkeiten im BJJ weiter zu verbessern.

### **Sicherheit aus der Rückenlage – Guard Kontrolle und Verteidigung gegen Schläge**

Das was Jiu Jitsu einzigartig macht, ist das der Anwender einen Kampf auch aus der Rückenlage heraus gewinnen kann. Die Guard Position ist eine starke Position aus der Sie sich gegen die Schläge eines Angreifers verteidigen können und ihn blitzschnell und unerwartet mit Würgegriffen oder Hebeltechniken kampfunfähig machen können.

Auch wenn Ihr Gegner schwerer und stärker ist, gibt Ihnen die Guard alle Werkzeuge für eine sichere Verteidigung und einen effektiven Angriff. Werden Sie genauso unberechenbar und gefährlich wie Sie es schon aus der Mount Position sind und ergänzen Sie ihr Spiel durch eine aggressive Guard Position.

### **Pressure Testing – Abschluss des ersten Moduls**

Alles was Sie in den letzten 6 Monaten gelernt haben, wird jetzt miteinander kombiniert und getestet. Lernen Sie die effektivsten Kombinationen, Drills und Simulationen kennen, mit denen Sie das Erlernte weiter verfestigen können. Auch wenn Sie sich nicht für Modul zwei entscheiden, haben die ersten 6 Monate ihre Fähigkeiten im Grappling und Bodenkampf enorm verbessert. Nehmen Sie jetzt die Werkzeuge mit nach Hause, um diesen Erfolg noch zu vertiefen.

## **Blaugurt Programm: Phase 4 (06.Oktober und 07. Oktober 2012):**

### **Killer Clinch und Attribute Enhancement**

Modul 1 hat ihnen eine solide Basis für das Überbrücken der Distanz und den Clinch gegeben und in Modul 2 gehen wir einen Schritt weiter. Lernen Sie das komplette Clinch Game der Profis, Techniken aus dem BJJ, gemischt mit Grundlagen aus dem Freistil und Griechisch-Römisch Ringen und anderen Grappling Stilen. Egal ob BJJ, Submission Wrestling oder MMA Wettkampf, wir lassen alles Unnötige weg und führen Sie direkt zum Kern dieser Methoden. So lernen Sie in Rekordzeit das, wofür andere Jahre gebraucht haben.

### **Professional Top Game**

Während der Fokus im ersten Modul auf der Mount Position lag, wenn es darum ging den Kampf aus der oberen Position am Boden zu führen, stellen wir ihnen jetzt eine weitere wichtige Position vor. Die Side Mount Position. Diese Position besteht aus vielen einzelnen Unterpositionen und bietet unzählige Möglichkeiten für Submissions. Außerdem erlaubt sie eine effektive Nutzung des eigenen Körpergewichts und wird in Brasilien deswegen oft auch „100 Kilo Position“ genannt.

Lernen Sie wie Sie Ihren Gegner durch den Druck ihres Körpergewichts zermürben, ihn kontrollieren und schließlich zur Aufgabe zwingen. Wenn dies nicht funktioniert, zeigen wir Ihnen Transfermöglichkeiten in die Mount Position, aus der Sie den Kampf wie gewohnt beenden können.

Dieses Seminar vervielfältigt ihre Möglichkeiten am Boden enorm und gibt Ihnen neue Wege, die einzelnen bereits bekannten Aspekte miteinander zu verbinden.

### **Passing the Guard**

Egal, ob beim Brazilian Jiu Jitsu, Submission Wrestling oder MMA, die Guard gehört zu den gefährlichsten Positionen, in der sie sich aus der Oberlage befinden können. Ihr Gegner hat unzählige Möglichkeiten ihnen das Leben schwer zu machen und sie mit einem Würgegriff oder Hebel zur Aufgabe zu zwingen.

Lernen Sie wie Sie für Ihren Gegner „untappbar“ werden und ihm keine Möglichkeiten für seine Angriffe bieten. Aus einer sicheren Position heraus können Sie dann entweder schlagen, oder die Guard systematisch passieren.

Wir zeigen Ihnen ein komplettes System, welches für die BJJ, MMA und die SV gleichermaßen gut funktioniert.

## **Blaugurt Programm: Phase 5 (November oder Dezember 2012, Termin wird Mitte 2012 festgelegt):**

### **Keep it Standing**

Lernen Sie sich gegen die häufigsten Würfe und Takedowns zu verteidigen und die Angriffe ihres Gegners mit eigenen Angriffen zu kontern. Wir zeigen Ihnen wie Sie den Kampf im Stehen führen können und nur zu Boden gehen, wenn Sie das auch wollen.

Gerade für Anwender die auch noch „schlagende“ Kampfstile trainieren, bietet Phase 5 unzählige Möglichkeiten, die eigenen Fähigkeiten zu verbessern.

### **Advanced Escapes**

Wir zeigen Ihnen die besten Escapes sich aus fortgeschrittenen Positionen wie der „Turtle“, „North South“ oder „Back Mount“ Position zu befreien. Lernen Sie für ihren Gegner völlig unkontrollierbar zu sein, Dies gibt Ihnen einen psychologischen und strategischen Vorteil und auch wenn sie mal überrascht werden, finden sie so schnell wieder zurück in ihr „A-Game“.

## **Submission Escapes**

Egal ob Armhebel oder Würgegriff, man kann sich aus jeder Situation befreien, wenn man weiß wie. Lernen Sie effektive Befreiungstechniken und „Last Minute Escapes“, um den Kampf herumzureißen und zu ihren Gunsten zu entscheiden.

Einige der gezeigten Techniken sind so einfach, dass viele fortgeschrittene Schüler sie nicht zeigen wollen, weil sie Angst haben, dass ihr eigenes Spiel dann nicht mehr funktioniert.

Dieses Seminar ist das fortgeschrittenste in der Serie und bildet den Höhepunkt der Workshopreihe. Lassen sie sich nicht kontrollieren und nicht zur Aufgabe zwingen, sondern beenden Sie den Kampf mit ihren Stärken.

## **Blaugurt Programm: Phase 6 (Februar oder März 2013, Termin wird Mitte 2012 festgelegt):**

### **Leg Lock Secrets**

Lernen Sie wie Sie die Beine ihres Gegners blitzschnell angreifen und ihn so kampfunfähig machen können. Diese Techniken sind so gefährlich, dass Sie auf den meisten BJJ und Grappling Turnieren verboten sind.

Am Ende Ihrer Ausbildung zum Blaugurt bekommen Sie einen kleinen Einblick in die aggressive und dynamische Form des fortgeschrittenen BJJ. Egal, ob Fuß, Knie oder Hüfthebel, sobald Sie die Beine Ihres Gegners angreifen, finden Sie einen Weg ihn zur Aufgabe zu zwingen.

Dieses Seminar wird Ihre Sicht auf das Jiu Jitsu komplett verändern.

### **„Test Time“**

Stellen Sie ihr Wissen und Können über das Brazilian Jiu Jitsu unter Beweis und absolvieren sie die intensive BJJ Blaugurtprüfung. Der vierstündige Test wird vieles von ihnen abverlangen, aber wenn sie ihn bestanden haben, gehören Sie zu einem kleinen Kreis von Menschen, die diesen Gürtel jemals von Björn Friedrich bekommen haben. Bei erfolgreicher Prüfung wird diese zusätzlich noch von Großmeister Joe Moreira (8th degree Blackbelt) zertifiziert.

Die Workshops werden alle von Submission Wrestling Europameister und BJJ Blackbelt Björn Friedrich geleitet. Am Ende des Blaugurtprogramms besteht die Option auf das Training und die Graduierung direkt unter Brazilian Jiu Jitsu Großmeister Joe Moreira, 8th. degree Blackbelt.

## Alle wichtigen Daten in Kürze:

### **Wo findet das Blaugurtprogramm statt? :**

In der Fighter-Fitness Akademie,  
Steinheimer Str. 40,  
63179 Obertshausen,  
ungefähr 20 Kilometer östlich von Frankfurt am Main, direkt an der A3

### **Wann findet das Programm statt?:**

17. und 18. März 2012

05. und 06. Mai 2012

08. und 09. September 2012

----- Ende des ersten Moduls-----

06. und 07. Oktober 2012

November / Dezember 2012 (Genauer Termin wird Mitte 2012 bekannt gegeben)

Februar / März 2013 (Genauer Termin wird Mitte 2012 bekannt gegeben)

Die Seminare beginnen samstags um 12.00 Uhr und sonntags um 10.00 Uhr und dauern jeweils 4 Stunden.

Die Daten für das zweite Modul werden auch rechtzeitig bekannt gegeben. In der Regel finden alle Seminare samstags und sonntags statt. Sollte einmal etwas Unvorhergesehenes dazwischen kommen, wird ein Seminar in Absprache mit allen Teilnehmern nachgeholt. Die Terminplanung ist so gewählt, dass bis zur Prüfung genug terminlicher Spielraum ist.

### **Wer ist der Seminarleiter? :**

Alle Seminare werden von Björn Friedrich geleitet,  
die Graduierung übernimmt Großmeister Moreira oder Björn Friedrich

### **Wie viel kostet die Ausbildung?:**

Der Preis für den gesamten Workshop (6 Wochenenden) liegt bei:

800 Euro (günstigster Frühbucherpreis) für 12 Seminartage, mit insgesamt 48 Stunden unterrichtet.

Dafür bekommen man 48 Stunden qualifizierten Unterricht durch einen BJJ Blackbelt, 12 Monate lang Unterstützung durch Manuskripte, bzw. die Möglichkeit den Unterricht zu filmen und die Chance zum Blaugurt direkt unter BJJ Blackbelt Björn Friedrich oder Großmeister Joe Moreira, wenn das dafür notwendige Level erreicht ist.

Die Bezahlung ist fair und ohne Risiko. Man bezahlt erst das erste Modul (3 Seminarwochenenden) und danach kann man entscheiden ob man mit dem zweiten Modul weitermachen möchte und bezahlt dann gegebenenfalls das zweite Modul.

Auch eine Prüfung und die Teilnahme an den Camps mit Joe Moreira ist vollkommen freigestellt und ist keine Bedingung, um am Blaugurtprogramm teilzunehmen

Bevor Sie sich entscheiden können Sie auch erst einmal an dem ersten Probeseminar im März 2012 teilnehmen, wenn Ihnen der Unterricht zusagt, können Sie sich danach entscheiden an der Seminarreihe teilzunehmen, ansonsten zahlen Sie nur einmal 150 Euro und haben keine weiteren Verpflichtungen.

Allerdings berücksichtigen wir feste Zusagen für das Programm zuerst, wer sich also rechtzeitig anmeldet, hat einen garantierten Platz im Programm, wer erst einmal probieren möchte, kann dies tun, hat aber keine Garantie auf ein Seminarplatz.

**Die Teilnahme am Blaugurtprogramm berechtigt nicht automatisch zu einer Graduierung unter Joe Moreira und es gibt keinerlei Garantie auf Erfolg. Die Unterrichtsgebühr für das Blaugurtprogramm bezieht sich nur auf das Training mit Björn Friedrich, bzw. Joe Moreira. Die Gürtelprüfung kann nicht erkaufte werden.**

**Wo kann man in Obertshausen übernachten?:**

Eine Liste von günstigen Hotels und Pensionen in der Nähe der Fighter-Fitness Akademie finden Sie auf unserer Blaugurtprogramm Website unter [www.Blaugurt.de](http://www.Blaugurt.de)

**Wo finde ich weitere Informationen?:**

Weitere Infos gibt es unter [www.Blaugurt.de](http://www.Blaugurt.de) oder unter [www.Fighter-Fitness.com](http://www.Fighter-Fitness.com)

## Die Lehrer



Björn Friedrich begann in den achziger Jahren mit dem Judo, bevor als Teenager vom Karate, Wing Chun und Kickboxen zum Brazilian Jiu Jitsu kam. Sein erster Lehrer war der brasilianische Schwarzgurt Richard Braga, ehemaliger Champion von Sao Paulo. Die beiden trainierten über 1,5 Jahre zusammen bevor Braga, Deutschland wieder verließ.

Seinen Blaugurt bekam Björn direkt von dem legendären UFC Champion Royce Gracie, kurze Zeit traf er Roy Harris und wurde sein Schüler. Wenige Monate später erkämpfte er sich den Europatitel im Submission Wrestling.

2010 bekam Björn von Großmeister Joe Moreira den Blackbelt im BJJ verliehen. Ausserdem ist er Homo Ludens Instructor unter Alex Kostic und MKC Kettlebell Instructor unter Steve Maxwell.

Auch als Coach war Björn ziemlich erfolgreich und so konnten seine Schüler insgesamt 3 Europameistertitel und unzählige Siege bei nationalen und internationalen Submission Wrestling und MMA Wettkämpfen verbuchen.

Darüber hinaus hat Björn Fighter-Fitness entwickelt, ein Fitness-System welches auf Übungen, die das eigene Körpergewicht als Widerstand nutzen, basiert. Weitere Infos über Björn, Brazilian Jiu Jitsu und Fighter-Fitness gibt es unter [www.Fighter-Fitness.com](http://www.Fighter-Fitness.com)

Joe Moreira, Jahrgang 1961, begann im Alter von 4 Jahren mit dem Brazilian Jiu Jitsu. Kurze Zeit später begann er parallel dazu auch noch mit dem Judotraining, welches er durch einen einjährigen Aufenthalt in Japan intensivierte. Sein Jiu Jitsu Lehrer war Reylson Gracie, der ihm 1984 auch den Schwarzgurt verlieh.

Joe ist einer der wenigen Menschen auf der ganzen Welt, die den achten Meistergrad (Schwarz.-Rot Gurt) im Brazilian Jiu Jitsu besitzen. Darüber hinaus hat er auch den 3. Dan im Judo und ist Schwarzgurt in Ruas Vale Tudo.

Neben zahlreichen Wettkampferfolgen, ist Joe ein erfolgreicher Organisator von Jiu Jitsu Wettkämpfen in Brasilien und den USA. Darüber hinaus ist er natürlich einer der besten BJJ Lehrer der Welt, denn kaum ein anderer Lehrer hat so viele Schüler hervorgebracht die selber wieder eine Reputation als gute hervorragende Lehrer haben. Egal ob Tim Cartmell, Randy Bloom oder Roy Harris, Joe hat sie alle unterrichtet und ihren Stil maßgeblich mitgeprägt.

Seine lockere Art das Jiu Jitsu zu unterrichten, gepaart mit 44 Jahren Erfahrung auf der Matte, machen ihn zu einer Enzyklopädie des Jiu Jitsu und Grappling.



## Häufig gestellte Fragen

### **Muss ich die gesamte Ausbildung auf einmal bezahlen?**

Nein, Sie bezahlen erst das erste Modul (die ersten 3 Seminare), danach können Sie entscheiden ob Sie weiter machen wollen, sollte dies der Fall sein, bezahlen Sie dann das zweite Modul.

### **Reicht die Teilnahme an den Seminaren aus um die Prüfung zu bestehen?**

Nein, denn das Blaugurtprogramm ist kein Freibrief, bei dem es darum geht einen Gürtel in 12 Monaten zu erkaufen. Das Training sollte auf jeden Fall zuhause am Wohnort mit geeigneten Trainingspartnern weitergeführt werden, eine BJJ Trainingsgemeinschaft ist auch eine gute Möglichkeit passende Trainingspartner zu finden.

Nur wer das Prüfungsprogramm auch wirklich beherrscht, wird die Prüfung bestehen. Dies ist für jeden Teilnehmer möglich, wenn er gewissenhaft trainiert. Es geht nicht darum ein „Profikämpfer“ zu werden und jeden zu besiegen, sondern zu demonstrieren, dass man den gelernten Stoff auf der Matte umsetzen kann.

### **Kann man bei der Prüfung auch durchfallen?**

Wie schon erwähnt gibt es keine Garantie die Prüfung zu bestehen. Wer jedoch gewissenhaft trainiert, sollte die Prüfung ohne Schwierigkeiten meistern.

### **Werden auch Techniken im Stand und im Clinch unterrichtet?**

Der Unterricht besteht aus zwei Teilen, 25% Stand und Clincharbeit und 75% Bodentechniken. Am Anfang müssen einfach Prioritäten gesetzt werden und da wir nicht unbegrenzte Unterrichtszeit haben, liegt der Schwerpunkt im Bodenkampf. Trotzdem widmen wir immer eine Stunde eines vierstündigen Seminartages dem Standkampf. Fortgeschrittene Schüler (Blaugurt und höher) trainieren durchaus 50% Stand und 50% Bodenarbeit während einer Unterrichtseinheit.

### **Kann ich als Blaugurt auch BJJ unterrichten?**

Natürlich ist man als Blaugurt (noch) kein Experte im BJJ, aber man kann sein Wissen als Übungsleiter mit anderen Menschen teilen. Natürlich gibt es auch weiterführende Seminare für alle die den Blaugurt erreicht haben. Innerhalb unserer Schule ist alles relativ persönlich und Björn hat Kontakt mit all seinen Schülern, so dass er wirklich beurteilen kann, wann jemand soweit ist, die nächsthöhere Prüfung zu absolvieren.

### **Was wenn ich an einem der Termine keine Zeit habe?**

Die Teilnehmer des Blaugurtprogramms können gerne einen Tag vor einem geplanten Seminar anreisen und kostenlos am regulären Gruppenunterricht teilnehmen. Innerhalb der Seminarserie gibt es aber auch noch genügend Zeit versäumtes nachzuholen. Privatunterricht vor oder nach dem Seminar ist eine weitere Möglichkeit, den versäumten Unterrichtsstoff nachzuholen (Privatunterricht ist jedoch nicht kostenlos)

### **Kann ich auch an dem Programm teilnehmen, wenn ich schon in einer anderen BJJ oder Grappling Schule Mitglied bin?**

Ja, das Programm ist offen für jeden der Interesse am BJJ hat. Egal welchen Background jemand hat, oder wo er sonst trainiert, er kann gerne an dem Programm teilnehmen.

# Anmeldung zur Seminarreihe „BJJ-Das Blaugurtprogramm“

1. Modul – 3 Seminare März, Mai, sowie September 2012

- Frühbucher-Anmeldung (Zahlung bis zum 15.02.2012) 400,00  
Euro
- Reguläre Anmeldung (Zahlung nach dem 15.02.2012) 450,00  
Euro

Hiermit melde ich mich verbindlich zum 1. Modul der Seminarreihe „BJJ – Das Blaugurtprogramm“ an. Das Programm umfasst 3 Wochenendseminare, die am 17. und 18. März 2012, am 05. und 06. Mai 2012 und am 08. und 09. September 2012 stattfinden. Sollte aufgrund von aktuellen Anlässen oder höherer Gewalt ein Seminartermin nicht stattfinden, wird in Absprache mit allen Teilnehmern ein Ausweichtermin vom Veranstalter festgelegt.

Die Anmeldung ist verbindlich und die Unterrichtsgebühr kann bei Nichterscheinen nicht erstattet werden.

Ersatzweise kann jedoch für jedes versäumte Seminar, eine Woche am Gruppenunterricht der Fighter-Fitness Akademie teilnehmen, um den versäumten Unterrichtsstoff nachzuholen.

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr hin. Die Kampfkunstschule-Friedrich übernimmt keinerlei Haftung für eventuelle körperliche oder materielle Schäden. Jeder Teilnehmer sorgt selber für ausreichenden Versicherungsschutz.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ Wohnort: \_\_\_\_\_

Postleitzahl: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

---

Ort / Datum

Unterschrift

Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung ausgefüllt und unterschrieben an:

**Kampfkunstschule-Friedrich  
Steinheimer Str. 40**

**63179 Obertshausen**

oder faxen Sie sie an:

**06104 / 7997215**